

## ABSTRAK

**Marine Berliana Safira Balqist, 2023. Pengaruh Pemberian Snack berbasis Ikan Gabus (*Channa striata*) dan Sayuran terhadap Asupan Fe, Vitamin C, dan Kadar Hemoglobin pada Siswi Anemia di SMA Negeri 1 Singosari. Pembimbing: Dr. Annasari Mustafa, SKM., M.Sc., RD. dan Dwie Soelistyorini, SST., M. Kes**

**Latar Belakang:** Anemia pada remaja putri menjadi masalah kesehatan yang ada di masyarakat dengan prevalensi yang masih tinggi. Prevalensi kejadian anemia semakin meningkat tiap tahun dari 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% menurut Riskesdas tahun 2018. Faktor penyebab tingginya angka ini adalah kurangnya asupan makanan tinggi Fe dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Kontribusi dari makanan yang dikonsumsi setiap hari terutama disekolah menjadi potensi yang cukup besar untuk memenuhi kebutuhan gizi remaja putri. Snack berbasis ikan gabus merupakan alternatif yang dapat diberikan untuk dikonsumsi guna memenuhi kebutuhan Fe remaja putri terutama pada saat tertentu yang memerlukan peningkatan kebutuhan Fe seperti menstruasi. Snack berbasis ikan gabus mengandung energi sebesar 214,88 kkal (Siomay), 216,1 kkal (Nugget), dan 216,4 kkal (Ekado). Sedangkan kandungan protein, Fe, dan vitamin C sebesar 13,76g ; 0,17g ; 1,55g (Siomay), 8,01g ; 1,8g ; 0,9g (Nugget), dan 7,8g ; 1,2g ; 3,3g (Ekado). **Tujuan:** Tujuan penelitian adalah mengetahui perbedaan asupan Fe, vitamin C dan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian snack berbasis ikan gabus (*Channa striata*). **Metode:** Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperiment*, dengan rancangan *One Group Pretest and Posttest*. Perlakuan diberikan setiap 2 kali tiap minggu selama 2 bulan dan konsumsi asupan Fe serta Vitamin C menggunakan formulir *food recall* makanan 24 jam dan *food record*. Uji perbedaan menggunakan uji *paired T-test* apabila data berdistribusi normal dan uji *wilcoxon signed test* apabila data berdistribusi tidak normal. **Hasil:** Terdapat perbedaan rata-rata antara kadar hemoglobin sebelum intervensi dari 10,84 g/dL meningkat menjadi 12,94g/dL dengan nilai uji statistik lebih besar dari 0,05 yaitu 0,00 serta tidak terdapat perbedaan rata-rata asupan Fe dan vitamin C tidak mengalami peningkatan dengan nilai uji statistik masing-masing lebih besar dari 0,05 yaitu 0,421 dan 0,097. **Kesimpulan:** Perbedaan kadar hemoglobin diperoleh nilai ( $p=0,000$ ) dan perbedaan asupan Fe dan vitamin C diperoleh nilai ( $p=0,421$  dan  $p=0,097$ ) menunjukkan ada perbedaan pada kadar hemoglobin dan tidak ada perbedaan pada asupan Fe dan vitamin C sebelum dan sesudah diberikan snack berbasis ikan gabus (*Channa striata*).

**KATA KUNCI:** Anemia, Snack berbasis Ikan Gabus, Remaja Putri, Kadar Hemoglobin.